

УДК 338.48

Васильєв Д.А.

студент гр. МТЕ-432м

Національний університет «Запорізька політехніка»

м. Запоріжжя, Україна

наук. кер. – к.е.н., доцент Кукліна Т.С.

КУЛІНАРНІ ВПОДОБАННЯ УКРАЇНЦІВ

Невід’ємною і чи найважливішою складовою повсякденного життя народу є система харчування, що у народній побутовій культурі є найбільш стійкою серед інших компонентів матеріальної культури, незважаючи на постійну змінність її окремих елементів. До складових елементів культури харчування відносять продукти і страви, звичаї, застільний етикет, режим харчування, гастрономічні уподобання і табу.

За багатовіковий період змінився раціон, уподобання і звичаї, пов’язані з виготовленням та подачею страв, однак, стабільними залишаються багатство української кухні, любов до традиційних національних страв (борщ, вареники, сало), українська гостинність. Серед поширених способів тривалого консервування продуктів були соління, квашення, сушіння, в’ялення, головним способом переробки зерна був млинарський, а серед термічних способів обробки переважало варіння та тушкування, що зумовлено конструкцією печі в Україні [1].

Рослинна їжа в Україні складалася із зернових та овочевих культур. Сьогодні зацентруємо увагу на такій важливій для українців страві як хліб, який у харчовому раціоні був головним продуктом упродовж багатьох століть.

Продукти тваринного походження в Україні здавна представлені м'ясними, молочними і рибними стравами. М'ясо у повсякденному побуті було рідкістю, тому популярні страви з нього представляють, як правило, святкові страви (ковбаси, кров'янки, голубці, печеня). Популярністю в українців користувалося сало, через свою калорійність, певні лікувальні можливості та смакові якості його використовували як у сирому вигляді, так і в усіх можливих видах термічної обробки. Крім того, відсутність термопосуду та інших благ цивілізації спонукали споживати продукти практичні у зберіганні. Популярністю користувалися молочні страви, продукція яких становила левову частину «жіночих» прибутків у домашньому господарстві [2].

У незалежній Україні серед основних продуктів харчування населення залишається хліб, споживча норма якого помітно зростала в економічно кризові роки. На початок 2000-их рр. 40 % асортименту споживання складали хлібобулочні вироби з житнього борошна та його суміші з пшеничним, 30 % – з пшеничного сортового. В останнє десятиліття в Україні спостерігається тенденція зменшення обсягів виробництва «традиційного» хліба і перехід на споживання «альтернативних» сортів хліба (дієтичних, білкових, бездріжджових, з добавками тощо), відновлюються традиції домашньої випічки. Традиційним залишається вживання картоплі. У раціоні українців все більше місце посідають екзотичні фрукти, зокрема, 2018 – 2019 рр. стали рекордними в споживанні бананів, обсяги споживання яких за останні 5 років зросли на 20 – 22 % [3].

Таким чином, культура харчування останнім часом зазнала певних трансформацій, однак традиційна кухня в ній продовжує посідати одне з вагомих місць. В умовах глобалізації сучасного світу, стандартизації системи харчування вкрай важливо не забувати власні гастрономічні традиції та уподобання, розмаїття української кухні, страви якої увійшли до світового культурного надбання.

Література:

1. Самое страшное злодеяние Сталина. URL:

https://www.bbc.com/russian/russia/2013/11/131119_golodomor_anniversary_definition (дата звернення: 27.09.2023 р.).

2. Национальная украинская кухня: сытная и низкокалорийная.
URL: <https://krugozorro.com/kuxnya/nacionalnaya-ukrainskaya-kuxnya-sytnaya-i-nizkokalorijnaya.html> (дата звернення: 27.09.2023 р.).

3. Яцун Л.М., Батаєва К.В. Шляхи відродження кулінарної спадщини українського народу. URL: <https://elib.hduht.edu.ua/bitstream/123456789/4459/1/%d0%b5%d0%ba.97.pdf> (дата звернення: 27.09.2023 р.).